Questions de parents

Lettre d'information

Etre parent d'adolescents aujourd'hui

Pourquoi ces lettres d'information ?

Nous rencontrons tout au long de l'année des adolescents et leurs parents. A travers ces rencontres, nous recueillons des interrogations récurrentes des parents sur le comportement des jeunes à l'adolescence.

Tous les parents d'adolescents s'interrogent à un moment ou un autre sur sa place de parent, sa relation avec son adolescent.

En premier lieu, il est important de dire que la majorité des adolescents va bien. Cependant, dans une société où l'alcool, le tabac, les autres substances psychoactives et les technologies d'information et de communication (internet, jeux, téléphone…) ont une place de choix, les risques sont néanmoins réels.

La période de l'adolescence favorise l'expérimentation pour plusieurs raisons :

- faire comme les autres
- chercher ses limites
- gérer son stress, ses émotions
- tromper l'ennui…

Ces lettres d'information sont destinées aux parents, tuteurs, adultes en lien avec les jeunes. Elles proposent une réflexion sur la manière dont nos attitudes, nos paroles, nos gestes peuvent accompagner les adolescents à bien grandir.

Etre parent aujourd'hui……

Etre parent d'adolescent n'est pas toujours facile.

C'est une période où l'adolescent remet en question la parole de l'adulte alors que jusqu'à présent il l'entendait et l'écoutait.

Les parents doivent ainsi faire le deuil de leur enfant idéal. Ce dernier va entrer dans une phase de séparation individuation et prendre ainsi son propre chemin qui n'est pas toujours celui espéré.

Il est important pour un parent d'apprendre aussi à regarder son adolescent autrement, tout en l'accompagnant, sans pour autant focaliser sur les transformations qui s'opèrent (évolution du caractère, affirmation de soi, évolution des goûts et du comportement au quotidien)

Ce qui n'est pas facile car cela le renvoie plus ou moins consciemment à sa propre adolescence et à ses propres expériences de séparation

Association Nationale de PRÉVENTION en ALCOOLOGIE et ADDICTOLOGIE
A.N.P.A.A. Pays de la Loire

L'adolescent vit dans un cadre qu'il va remettre en cause sur certains aspects, ce qui est une façon d'apprendre à se séparer. L'objectif de les accompagner pour leur permettre de trouver leur propre identité dans un cadre acceptable pour tout le monde.

Communiquer reste le maitre mot. Le jeune même s'il grandit et prend de l'autonomie a encore besoin des adultes pour le guider et le réconforter et c'est peut-être à nous adulte de modifier notre façon de faire. Communiquer ne signifie pas tout dire, l'adolescent comme l'adulte ont le droit de se garder des jardins secrets.

Au prétexte de vouloir le protéger, lui éviter des écueils, le risque est d'être parfois trop dirigiste, protecteur ce qui ne lui permet pas de trouver sa propre identité. Tout est une question de dosage, mais le plus important est de l'accompagner dans son expérimentation de la vie.
Ce qui est primordial, c'est de ne pas rompre la communication avec lui.

Or notre monde actuel est rempli d'incertitudes et d'imperfections, ou chacun soumis à la critique des autres n'a qu'une envie c'est de bien faire.
Les parents ne semblent pas échapper aux critiques, on leur reproche à la fois d'être trop laxistes, d'être trop copains, de ne pas savoir maitriser ou de trop contenir leurs jeunes, d'être trop absents, etc…

Cependant même si votre adolescent n'est pas toujours réceptif à vos propos ne baissez pas les bras. Faites-vous confiance et n'hésitez pas à vous faire épauler par des professionnels. Prendre le temps d'échanger sur ces questions peut permettre une prise de recul et de sortir de situations qui peuvent nous paraitre compliquées à gérer seul.

Etre parent n'a jamais été simple. IL n'y a aucun mode d'emploi, le « métier de parent » n'existe pas.

Sur un certain nombre de sujets, L'ANPAA vous propose un éclairage supplémentaire pour vous aider au quotidien. Les thématiques que l'ANPAA va vous proposer vont être les suivantes :

- Consommation de produits (Alcool, tabac, cannabis) à l'adolescence.
- L'usage des écrans
- Les prises de risques
- L'influence, les fréquentations,
- Les sorties, les fêtes
- Les libertés, les limites

A méditer
Si une famille habite une maison au bord de l'océan,
pour éviter que les enfants ne se noient,
plutôt que de bâtir un mur autour de cet océan,
ne vaut-il pas mieux apprendre à ses enfants à nager ?
Henri Patrick CEUSTER

ANPAA Pays de la Loire 13 rue Contrescarpe 44000 Nantes
Tél 02 40 08 08 11 - mail : paysdelaloire@anpaa.asso.fr - www.anpaapdl.org